FEDERAZIONE ITALIANA NUOTO

AREA FORMAZIONE
SETTORE
ISTRUZIONE
TECNICA

Corso coordinatore di scuola nuoto

Ostia 8-10 maggio 2026

L'avviamento allo sport

Mirco Salvetti

Processo educativo/motorio volto a introdurre bambini e ragazzi alla pratica sportiva che si focalizza sullo sviluppo di:

- Capacità motorie di base
- Capacità coordinative generali/speciali
- Socializzazione senso di appartenenza

In sintesi, l'avviamento allo sport rappresenta la fase preparatoria fondamentale che "accompagna" il giovane verso la pratica sportiva, valorizzando l'aspetto educativo e il benessere psico-fisico

FEDERAZIONE ITALIANA NUOTO

AREA FORMAZIONE
SETTORE
ISTRUZIONE
TECNICA

Obiettivo della FIN è promuovere, organizzare, disciplinare e diffondere le discipline natatorie in Italia e all'estero attraverso le società sportive affiliate

- Promuovere
- Individuare
- Selezionare

Il talento…

Funzioni dell'attività motoria

L'attenzione quindi viene posta sullo sviluppo di una "BASE AMPIA DI PRESTAZIONE" in riferimento alle capacità fisiche, alle abilità tecniche, alle capacità tattiche ed alle caratteristiche psicologiche.

Creando così il «PRESUPPOSTO» per l'assimilazione dell'allenamento di elevata prestazione

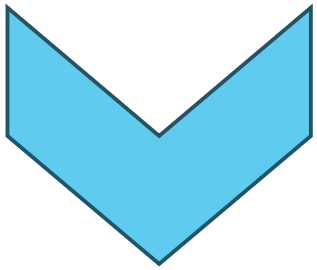
In pratica vorremmo creare

DISPONIBILITA' di PRESTAZIONE

Motivazioni
Atteggiamenti
Controllo emotivo

FEDERAZIONE ITALIANA NUOTO
AREA FORMAZIONE
SETTORE ISTRUZIONE TECNICA

CAPACITA' di PRESTAZIONE



Condizione
Coordinazione
Capacità tecniche
Capacità tattiche

FEDERAZIONE ITALIANA NUOTO | AREA FORMAZIONE SETTORE ISTRUZIONE TECNICA

Maggiore e piu' **varia** e' l'attivita' motoria, piu' **stabile** e **versatile** sara' la sua struttura e la sua capacita' operativa. (s.d.s. Roma 2007)

Multilateralità

Il carico precoce di attivita' multilaterale agevola la maturazione nervosa,lo sviluppo della muscolatura e predispone il soggetto ad una maggiore capacità di carico per la costruzione a lungo termine della prestazione di alto livello. (Gundrum-Froener 2003)

FEDERAZIONE ITALIANA NUOTO

AREA FORMAZIONE
SETTORE
ISTRUZIONE
TECNICA

Non dimentichiamo come sono…

Accentuata vivacita' comportamentale dove l'ambiente e' il fondamentale evento stimolante

Entusiasmo e attenzione decrescono se l'attivita' e' ripetitiva e poco variata

L'insegnante dovrebbe dimostrare e partecipare

Attenzione e concentrazione spesso labili e incostanti

E' possibile insegnare elementi tecnici di base di qualsiasi attivita'sportiva (sds 2001-2006)

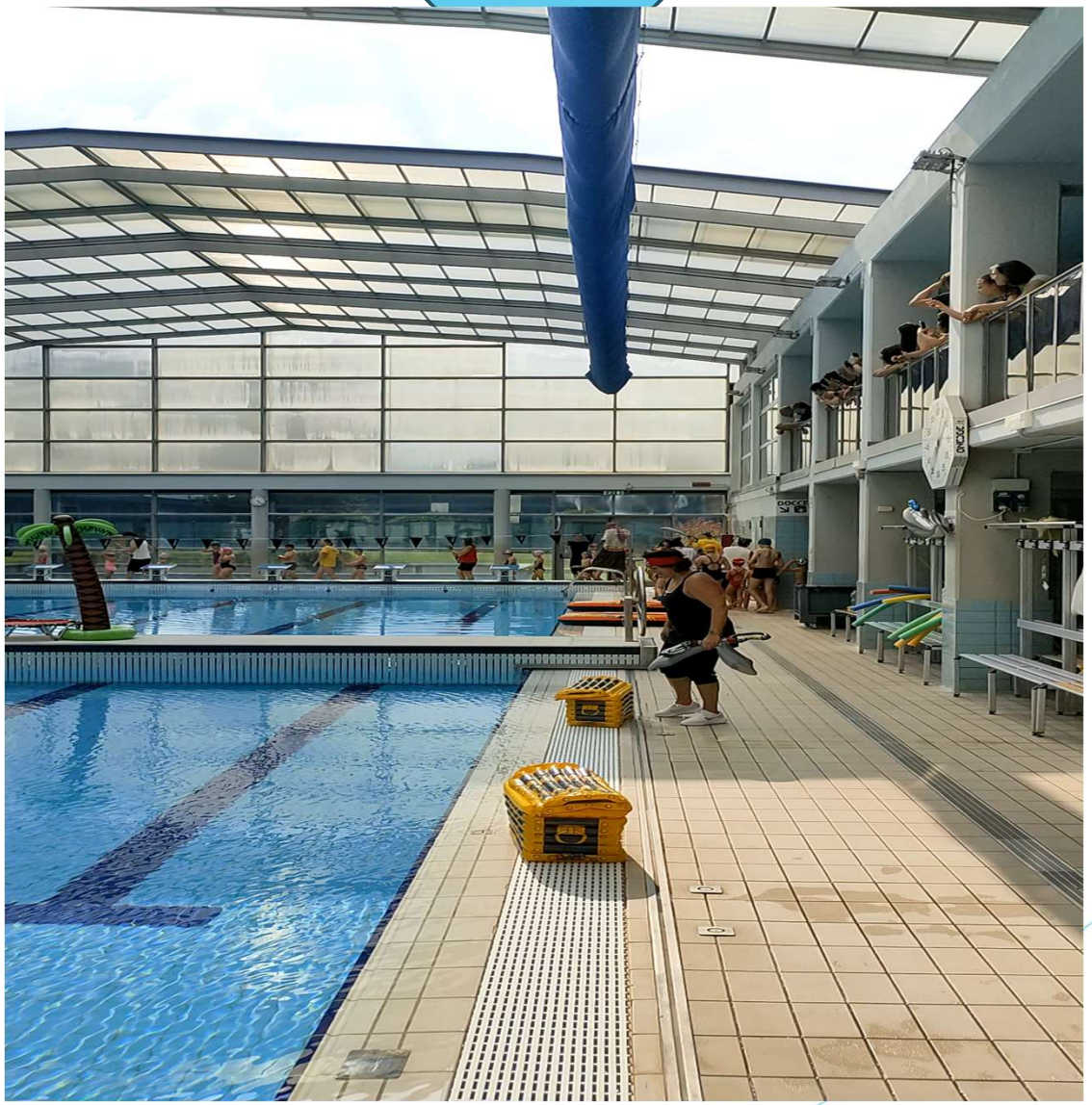
FEDERAZIONE ITALIANA NUOTO
AREA FORMAZIONE
SETTORE ISTRUZIONE TECNICA

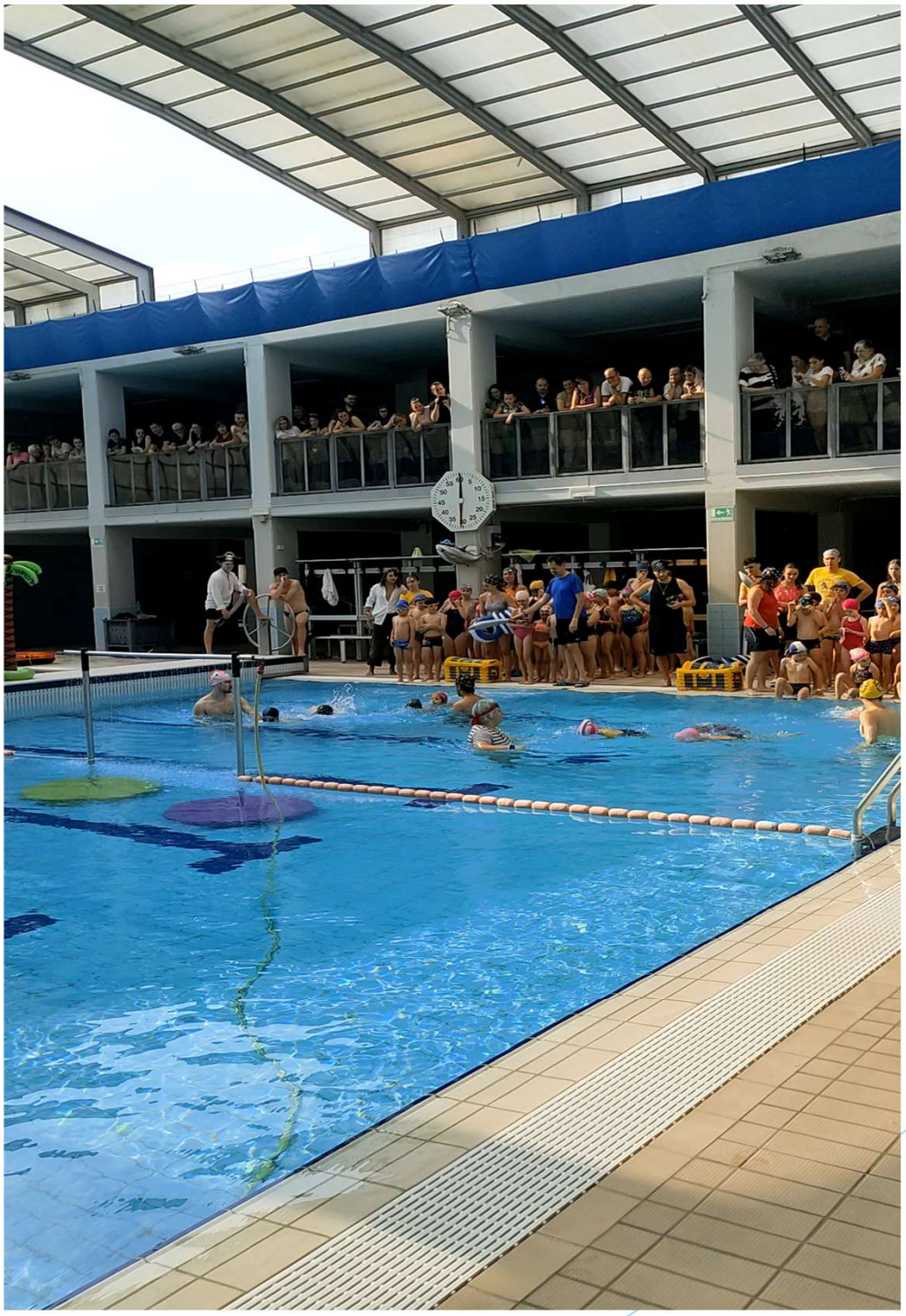
Principi e buoni propositi

- Non generare successi troppo precoci perché creano aspettative non corrispondenti alla realtà
- Costante utilizzo di rinforzi
- Fornire Consapevolezza ed Autonomia
- Produrre gioia attraverso un clima positivo di gruppo
- Il percorso deve creare interesse per i bambini

Accentuata vivacita' comportamentale dove l'ambiente e' il fondamentale evento stimolante

Entusiasmo e attenzione decrescono se l’attivita’ e’
ripetitiva e poco variata





FEDERAZIONE ITALIANA NUOTO

AREA FORMAZIONE
SETTORE
ISTRUZIONE
TECNICA

L’insegnante dovrebbe dimostrare e partecipare

FEDERAZIONE ITALIANA NUOTO

AREA FORMAZIONE
SETTORE
ISTRUZIONE
TECNICA

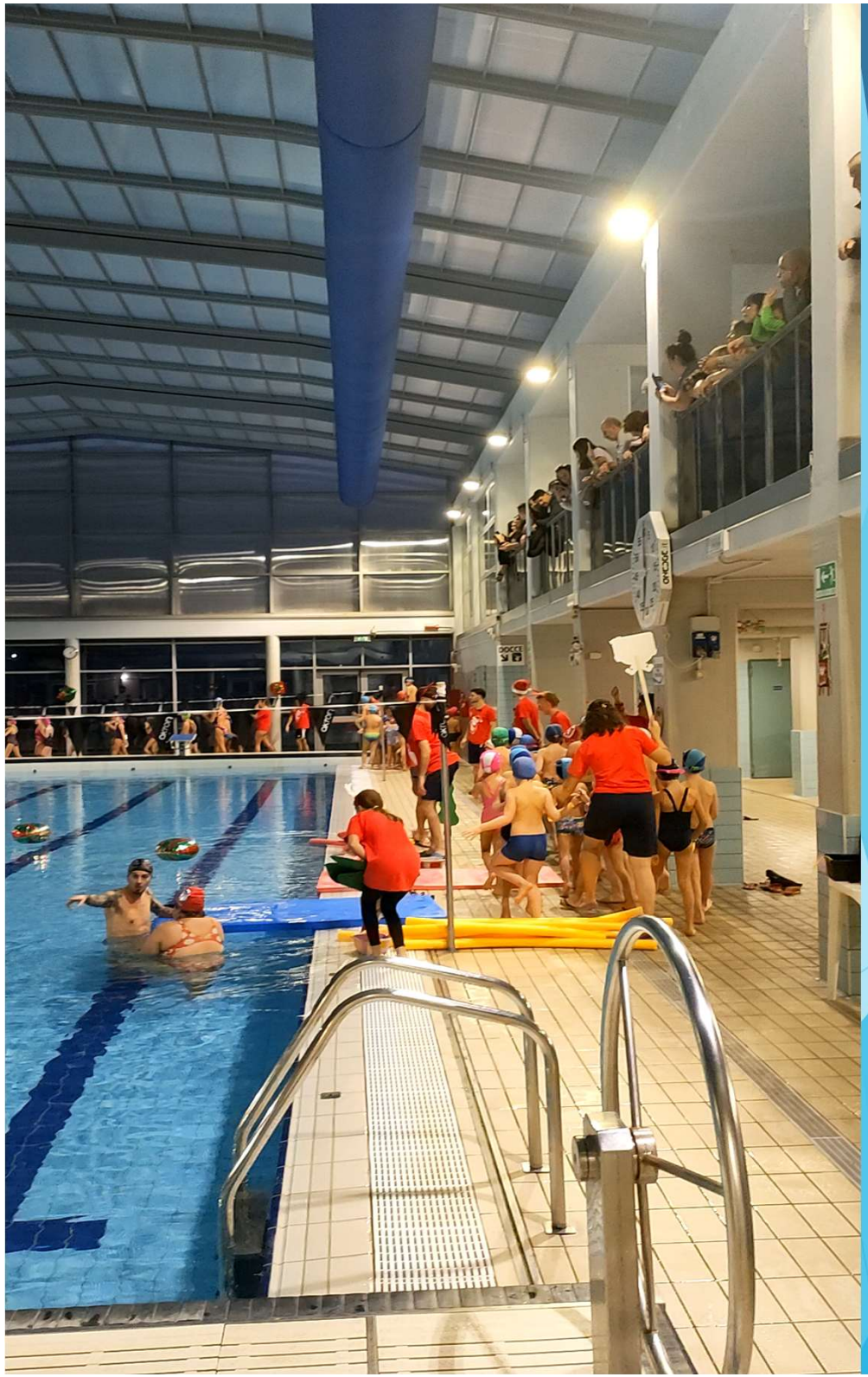
Le feste partecipate

FEDERAZIONE ITALIANA NUOTO

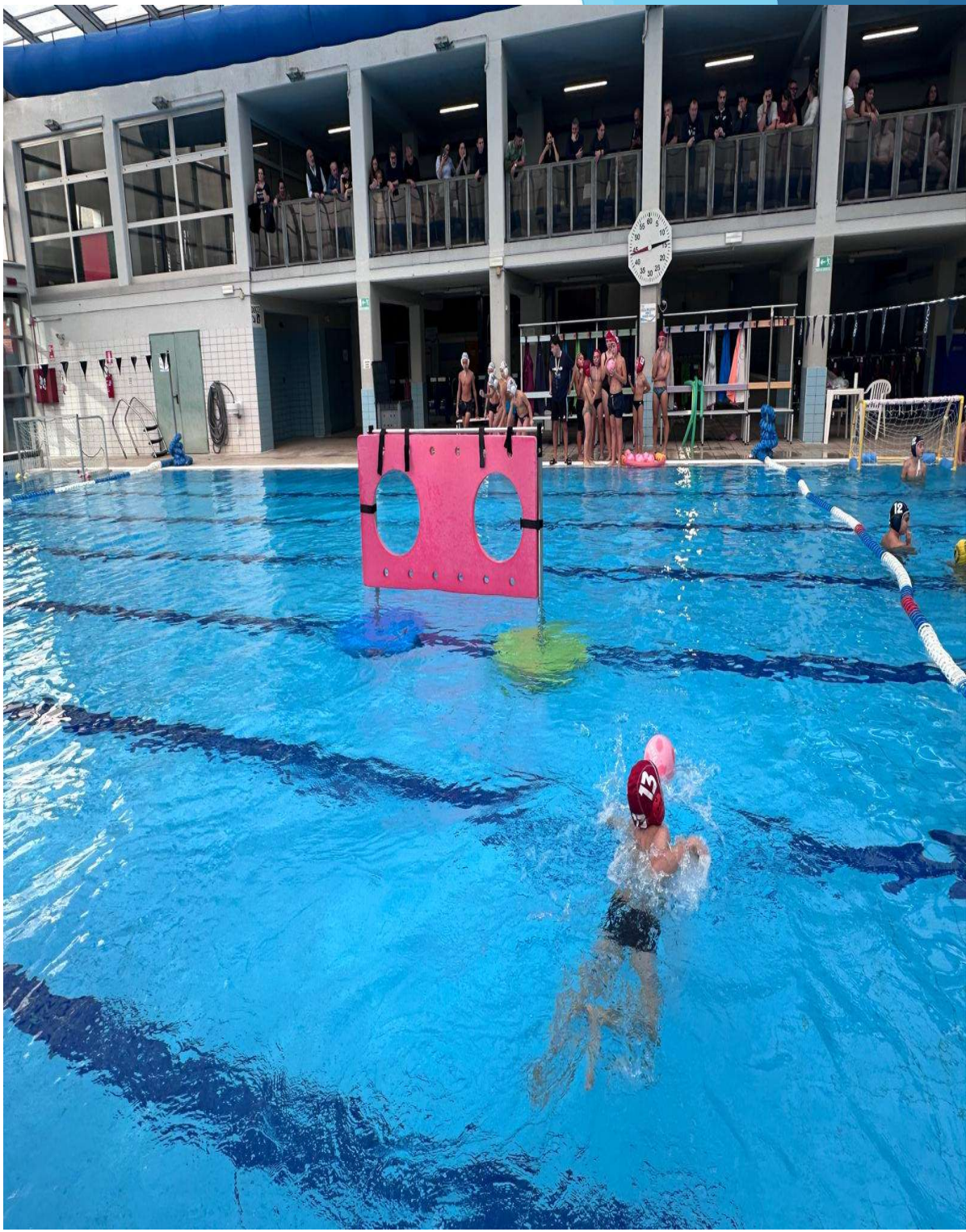
AREA FORMAZIONE
SETTORE
ISTRUZIONE
TECNICA

FEDERAZIONE ITALIANA NUOTO

AREA FORMAZIONE
SETTORE
ISTRUZIONE
TECNICA



E’ possibile insegnare elementi tecnici di base di qualsiasi attivita’sportiva



13
13
13
13

FEDERAZIONE ITALIANA NUOTO

AREA FORMAZIONE
SETTORE
ISTRUZIONE
TECNICA

Là dove si intenda preparare i requisiti all'attività agonistica,la formazione del «futuro atleta» andrà progettata su base pluriennale, si deve presupporre che il processo di identificazione e sviluppo del talento abbia ricadute organizzative ed economiche e soprattutto non darà garanzie…

MEZZI

- Utilizzo della multilateralita'
- Specializzazione ritardata
- La competizione vista come "mezzo della formazione" non come "scopo finale della formazione"
- Analisi del "sistema competitivo" e disponibilità al cambiamento

- Organizzazione più volte l'anno di feste, incontri,giochi non solo in acqua (es.domenica mattina)
- Prove di abilità acquatiche e a secco, es. subacquee con ingresso in un cerchio,raccolta di oggetti,sottopassaggi,nuoto senza corsie, capovolte,passaggi della palla,ma anche cacce al tesoro,circuiti in palestra o nel prato,tombolate,serate halloween,giochi in maschera…
- Creazione di un circuito interno di es."C" - mini tornei di pallanuoto-esibizioni di nuoto sincronizzato-giochi finalizzati al salvamento didattico
- Circuito es.B ….

STAFF
PIANEZZA
MONCALIERI
GRUGLIASCO
SOSPELLO
5
6
6

#forzaRNT
akron

HARIBO

HAPPY HALLOWEEN
WARTER POLO
PISCINA
FULVIO
ALBANESE

IL TALENTO

FEDERAZIONE ITALIANA NUOTO
AREA FORMAZIONE
SETTORE ISTRUZIONE TECNICA

Innatismo o Ambientalismo?

Il talento è generato da fattori innati o ambientali?

Alcuni punti di vista:

David Peter Hemery CBE (nato il 18 luglio 1944) è un ex ostacolista britannico, celebre per aver vinto la medaglia d'oro nei **400 metri ostacoli** ai Giochi Olimpici di Città del Messico 1968, stabilendo un nuovo record mondiale di 48,12 secondi.

Ricerca: ***Analisi comparativa dell'apprendimento delle abilità e delle capacità motorie*** non solo ha esplorato le **metodologie più efficaci** per l'**insegnamento delle abilità motorie**, ma ha offerto soprattutto **spunti significativi** su come queste dinamiche possano essere collegate al **talento**.

Definizioni attuali di talento

Il termine **talento** può essere definito da diverse prospettive, a seconda del contesto in cui viene utilizzato:

1. Definizione Generale

In senso lato, il talento è un'**inclinazione naturale** o una capacità innata di fare qualcosa bene e con relativa facilità. È quel potenziale che permette a una persona di eccellere in un determinato campo (musica, sport, matematica, arte) con uno sforzo che appare inferiore rispetto alla media.

2. Differenza tra Talento e Abilità

È importante distinguere questi due concetti:

- **Talento:** È il "potenziale grezzo" o la predisposizione genetica/naturale.

- **Abilità:** È la capacità acquisita attraverso l'esercizio, l'istruzione e la pratica costante.

- *Equazione comune:* **Talento + Pratica = Abilità.**

Nel contesto dello studio di David Hemery
Secondo la ricerca citata, il talento non è solo una dote fisica, ma una combinazione di:

- **Capacità cognitive e motorie trasversali:** Come la rapidità decisionale, la coordinazione e la lettura delle situazioni.

- **Adattabilità:** La capacità di imparare nuove abilità e rispondere in modo creativo a compiti complessi (problem solving).

Definizione Psicologica Moderna

Molti psicologi contemporanei (come Angela Duckworth) definiscono il talento come la **velocità con cui le tue abilità migliorano** quando ti impegni.

In questa visione, il talento è il "motore", ma la grinta e la disciplina sono il "carburante".
In sintesi, il talento è la **base di partenza privilegiata**, ma per diventare eccellenza deve essere coltivato attraverso l'apprendimento e la mentalità di crescita.

Apprendimento diretto acceleri l'acquisizione di abilità nei principianti.

Apprendimento indiretto favorisca la creatività e l'adattamento in atleti esperti, evidenziando la necessità di metodi personalizzati.

Lo studio identifica inoltre abilità trasversali comuni negli atleti d'eccellenza, tra cui la gestione della pressione, la resilienza e un'elevata capacità di lettura del gioco.

Si può identificare precocemente?

NO

La selezione precoce del talento richiede che:

- il talento sia definito da un insieme di caratteristiche strutturali e funzionali chiaramente identificate
- tali caratteristiche siano già presenti in età giovanile
- possano essere misurabili o valutabili
- siano immutabili (o migliorabili) nel tempo.

modificato da: Baker et al. Quest, 2018

“La ricerca mostra come le evidenze scientifiche che gli allenatori possono usare per la selezione dei talenti siano sorprendentemente limitate.
Tutto questo ha chiare implicazioni per la validità del processo di selezione e limita la nostra comprensione teorica e concettuale del “talento”
(Cos'è? Può essere misurato in modo valido e affidabile? Come cambia col tempo?)”

Baker et al. Quest, 2018

In alcuni sport, le caratteristiche antropometriche sono considerate una condizione necessaria (ma non sufficiente es. Basket,pallavolo,salto in alto…)
Le variabili funzionali considerate nei diversi studi (età biologica, test di sprint, forza, coordinazione e agilità), non mostrano di solito una relazione chiara e coerente con una maggiore abilità in una specifica disciplina.
Inoltre:
- la letteratura scientifica è molto limitata
- circa i due terzi degli studi riguardano i maschi e solo il 10% le femmine (il 25% è su popolazioni miste)
- La grande maggioranza degli studi è europea

Johnston et al. Sports Med, 2018

Lo sport è **multidimensionale** per natura e richiede fattori mentali ottimali per le prestazioni d'élite.
La ricerca sul talento ha, sinora, un approccio restrittivo
Che si basa solo su alcune variabili funzionali.
Questo approccio ignora in gran parte i fattori mentali (capacità di *coping*, resilienza, auto-efficacia, strategie cognitive, determinazione) fondamentali per le prestazioni d'élite e come essi possano essere considerate nei programmi di identificazione del talento.

Johnston et al. Sports Med, 2018

Un elemento chiave per lo sviluppo del talento è la motivazione

Essa è correlata alla percezione del proprio successo in funzione di obiettivi (riferito al compito e/o al confronto)

Conoscenza e condivisione degli obiettivi dell'allievo
(va incoraggiato)

Motivazione → Impegno → Desiderio → Personalità

Anders Ericsson

Sostiene che il talento quale “dono innato” sia stato un concetto mitizzato e che ogni abilità, anche la più complessa viene sviluppata e condotta ad esprimersi ad alti livelli in virtù di una confidenza continua, coltivata nell’esercizio grazie all’allenamento.

Lo scarto fra un mediocre ed un elevato riscontro di performance, è determinato non essenzialmente dalla quantità di esercitazioni o dal tempo dedicato ad un'attività comunque necessaria, ma soprattutto dalla qualità esecutiva.

Un apparato genetico sia pur di eccellenza, abbisogna di crescita, l'esercizio metodico ripetitivo, quantitativo, necessita di controllo e di qualità percettive che analizzino il compito, quindi ogni attività eccelle se neurologica. Non è il nostro corpo ad essere elastico, bensì il nostro cervello. Esso possiede delle peculiarità elastiche, di trasformazione e di interrelazione fra aree

Tenendo conto dei fattori legati alla personalità, Hahn (1988) ha sostenuto, che sono sempre necessari elevati livelli di preparazione (tecnica e tattica) e di formazione, unitamente ad una forte volontà del soggetto nel perseguimento dello scopo.

Combinazione in equilibrio tra intelligenza e formazione

Ambiente, acquisizione di competenze specifiche,educazione della volontà allo sforzo e alla ricerca del continuo perfezionamento di se stessi nel tempo
(Ruiz e Sanchez 1997)

SISTEMA APERTO